



Omsorgsgrebets teoretiske afsæt

Omsorgsgrebets teoretiske afsæt

Omsorgsgrebet er en teoretisk model, der understøtter det pædagogiske arbejde med omsorg i en pædagogisk kontekst. Gennem ti konkrete greb, der sætter barnets perspektiv i centrum, er Omsorgsgrebet et handlingsorienteret redskab, der hjælper det pædagogiske personale til nye forståelser og handlinger i praksis.

I hæftet kan du finde henvisninger og beskrivelser af den teori og forskning, som Omsorgsgrebet bygger på.



Et møde mellem udviklings- psykologi og pædagogisk praksis

Børns Vilkår arbejder ud fra et tredelt vidensgrundlag, der omfatter viden fra forskning, viden fra praksis og viden fra børn. Omsorgsgrebet er forankret i anerkendte udviklingspsykologiske teorier og empirisk forskning og er samtidig udviklet i samarbejde med pædagogisk praksis. Hertil kommer, at Omsorgsgrebet trækker på Børns Vilkårs egne undersøgelser af børns perspektiver på relationer og fællesskaber i dagtilbud.

Relationen som fundament for udvikling

Tilknytningsteorien udgør et centralt fundament for Omsorgsgrebet. Ifølge John Bowlby har børn et grundlæggende behov for nære og stabile omsorgspersoner, der kan fungere som en sikker base, hvorfra barnet kan udforske verden, og vende tilbage til ved behov for trøst og beskyttelse.

Forskning viser, at jo tryggere relationerne til barnets nære omsorgspersoner opleves af barnet, desto bedre forudsætninger har barnet for at udvikle følelsesregulering, sociale kompetencer, problemløsningsevner og varige relationer til både børn og voksne. Tilknytning og udforskning kan derfor betragtes som to grundlæggende behov, de voksne må imødekomme, for at barnet kan trives og udvikle sig.



At forstå barnet indefra

Mentaliseringsteorien, som blandt andet er udviklet af Peter Fonagy og Mary Target, fokuserer på menneskets evne til at forstå sig selv og andre som intentionelle væsener med tanker, følelser, ønsker og behov. I et pædagogisk perspektiv handler mentalisering om, at barnet oplever, at de voksne ikke blot reagerer på dets adfærd, men forsøger at forstå, hvad der ligger bag.

Når barnet oplever, at den voksne forstår dets intentioner og følelser styrkes barnets mulighed for gradvist at forstå sig selv og andre. Denne proces er tæt forbundet med udviklingen af epistemisk tillid, dvs. barnets tillid til, at den viden og vejledning, som kommer fra andre, er relevant, pålidelig og værd at tage imod.

I praksis betyder det, at vi forholder os nysgerrigt til barnets adfærd og reflekterer over, hvilke følelser, tanker og behov der kan ligge bag – samtidig med at vi overvejer, hvordan vores egne handlinger påvirker barnet. Det er evnen til at se sig selv udefra og den anden indefra – på samme tid.

I situationer, hvor vi som mennesker er ramt af stress og intense følelser, vil vi generelt have vanskeligt ved at mentalisere. Et for højt eller lavt arousal-niveau hæmmer evnen til at forholde sig nysgerrigt og empatisk til andre mennesker, tage barnets perspektiv og justere egen adfærd derefter. Hvis vi på arbejdspladsen føler os forstået af vores kolleger eller leder i svære situationer, genfinder vi lettere evnen til at mentalisere og kan støtte hinanden i at bevare en nysgerrig tilgang til børns følelser og behov.

Sammenhængen mellem tilknytning og mentalisering

I Omsorgsgrebet ses tilknytning og mentalisering som gensidigt forstærkende: Trygge relationer gør mentalisering mulig, og mentaliserende samspil opbygger tryghed. Omsorgsgrebet's ti greb omsætter denne viden til konkrete handlinger og hjælper personalet med at møde børns grundlæggende behov for både nærhed og udforskning.



Den store og den lille hånd

Den store hånd i Omsorgsgrebet repræsenterer børns behov for nærhed, og den lille hånd repræsenterer børnenes behov for udforskning. Hver af hændernes fingre repræsenterer et greb, som kan bruges af det pædagogiske personale i det konkrete samspil med børnene for at fremme tryghed og udvikling.



Den store hånd: NÆRHED OG TRYGHED

Se mig

Tag imod mig

Spejl mig

Trøst mig

Hold om mig

1. Se mig!

Handler om at være opmærksom på barnets signaler og reagere passende på dem.

Teoretisk forklaring:

Ainsworths begreb om sensitiv responsivitet (eller "maternal sensitivity") handler om, at den voksne ikke alene ser og møder barnets fysiske behov, men også forstår og tolker barnets følelsesmæssige og kropslige udtryk korrekt – og handler på dem i tide.

Effekt:

Når stabile voksne møder alle børn med sensitivitet, styrker det tryk tilknytning og giver børn oplevelsen af at blive set, forstået og mødt i deres behov.

2. Tag imod mig!

Handler om at byde barnet velkommen og tage imod det, uanset hvilke følelser og reaktioner barnet har.

Teoretisk forklaring:

Dette greb trækker på det tilknytningsteoretiske begreb tryk havn (Bowlby), der handler om at være tilgængelig for barnet og tilbyde fysisk og følelsesmæssig støtte, uanset om barnet er bange, ked af det, syg, træt eller sulten.

Effekt:

Barnet udvikler grundlæggende tillid til, at det har betydning og ikke lades alene, men kan finde tryk, trøst og sikkerhed i relationer til voksne.

3. Spejl mig!

Handler om at hjælpe børn med at forstå sig selv og hinanden ved at vise, at du forstår deres oplevelser og følelser.

Teoretisk forklaring:

Gergely og Watsons teori om markeret affektspejling viser, at børn lærer at forstå og regulere følelser, når omsorgspersoner roligt og tydeligt spejler barnets følelser i en let overdrevet "som-om"-form.

Effekt:

Når barnet bliver spejlet markeret og i overensstemmelse med dets følelsesmæssige tilstand, styrker det barnets evne til at forstå sine følelser og regulere sin adfærd. Barnet lærer samtidig, at andre føler noget andet end dem – starten på empati.

4. Trøst mig!

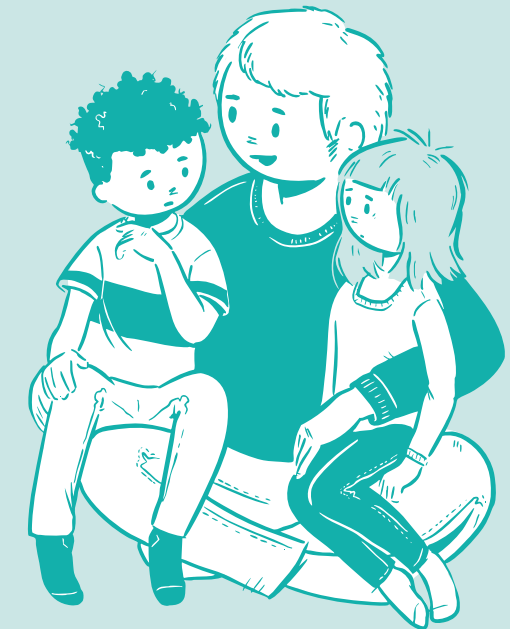
Handler om at hjælpe børn med at håndtere svære og stressende oplevelser med empati og omsorg, der matcher deres behov.

Teoretisk forklaring:

Grebet handler om affektregulering. Ifølge Schore lærer barnet gradvist at håndtere følelser gennem empatiske og afstemte samspil med omsorgspersoner, hvor tryk tilknytning er central. Jo bedre barnet lærer sit følelsesregister at kende, desto bedre kan det håndtere svære situationer senere. Fonagy peger desuden på, at affektregulering hænger sammen med mentalisering – evnen til at forstå egne og andres følelser. Børn lærer at regulere stress og stærke følelser i relationer til voksne, der trøster og hjælper dem tilbage i balance.

Effekt:

Når et barn er overvældet fx fysisk eller følelsesmæssigt i form af fx vrede, skam eller frygt, hjælper den voksnes trøst barnet med at falde til ro og vende tilbage til leg og aktiviteter.



5. Hold om mig!

Handler om at give barnet den fysiske nærhed og berøring, barnet har brug for til at holde fokus, knytte sig til voksne og finde ro og tryghed til at udforske, lege og lære.

Teoretisk forklaring:

Dette greb er informeret af Parental Embodied Mentalizing, som beskriver, hvordan omsorgspersoner kan kommunikere med små børn gennem kroppen og dermed reagere sensitivt på deres signaler.

Effekt:

Gennem nonverbal kommunikation kan man udtrykke empati, regulere barnets følelser og styrke dets sociale og følelsesmæssige udvikling. Kropslige samspil former barnets tillid og kan bidrage til at opbygge og vedligeholde en tryk tilknytning.

6. følg mig!

Handler om at give barnet tid og plads til selv at tage initiativer.

Teoretisk forklaring:

Grebet bygger på Bowlbys idé om en sikker base: Barnet kan udforske frit, når en nær voksen er tilgængelig og kun griber ind ved behov. Samtidig har barnet brug for at kunne aflæse den voksnes blik i nye eller uklare situationer – såkaldt social refereren – hvor mimik og øjenkontakt kan vise, om det er trygt at fortsætte.

Effekt:

Barnet bliver mødt i sit behov for autonomi og får mod på at udforske, når de voksne har en positiv forventning til barnet og giver det tid og plads til at tage initiativer på egen hånd.

7. støt mig!

Handler om at tage del i barnets følelser og oplevelser og anerkende dets initiativer.

Teoretisk forklaring:

Affektiv afstemning (Stern) betyder, at den voksne afstemmer kropssprog, stemme og mimik med barnets følelser og stemninger for at skabe samhørighed og opmuntre til videre leg og udforskning. Grebet bygger også på Trevarthens intersubjektivitet: barn og voksen deler opmærksomhed om det samme, fx hvor den voksne sætter ord på barnets initiativer og bekræfter positive samspil med andre børn.

Effekt:

Når voksne afstemmer sig med barnets følelsesmæssige tilstand, styrker det samhørighed mellem barn og voksen og giver barnet erfaring med at kunne dele sine oplevelser med andre. Ved at sætte ord på det, barnet er optaget af i fællesskab med andre, styrkes barnets fornemmelse af sig selv og forståelsen for andre. Erfaringer med at dele oplevelser er centrale for udvikling af social forståelse og danner grundlag for samarbejde og venskaber.

Den lille hånd:

UDFORSKNING

Følg mig

Støt mig

Hjælp mig

Vejled mig

Engager mig

8. Hjælp mig!

Handler om at give barnet tilpas udfordringer og hjælp, så det udvikler nye færdigheder og kompetencer sammen med en voksen eller andre børn, der kan lidt mere.

Teoretisk forklaring:

Vygotsky skelnede mellem det aktuelle udviklingsniveau (det, barnet kan alene) og Zonen for den nærmeste udvikling (det, barnet kan med støtte). Da Zonen for den nærmeste udvikling angiver det, barnet er lige ved at kunne, er det her, udfordringerne skal ligge, hvis der skal foregå læreprocesser.

Effekt:

Når barnet får erfaringer med at kunne løse opgaver i samarbejde med andre børn eller med tilpas hjælp fra en voksen, styrker det barnets sociale læring og mulighed for mestring. Det giver samtidig barnet positive erfaringer med at tage imod hjælp og løse opgaver sammen med andre.

9. Vejled mig!

Handler om at guide barnet, så det ved, hvad der skal ske, hvad barnet må, og hvad det skal gøre. Dermed får barnet hjælp til mestring og retning for sin energi.

Teoretisk forklaring:

Hafstad og Øvreide peger på, at børn har brug for tydelig vejledning (positiv ledelse): klare anvisninger på, hvad de skal gøre, og hvad målet er. Når målet er forståeligt, kan opgaven opleves meningsfuld. Især i nye eller krævende situationer har børn gavn af trinvis vejledning, støttende kommentarer undervejs og markering af afslutning, så de får erfaringer med at gennemføre og lykkes.

Effekt:

Vejledning, der er tilpasset barnets behov i den konkrete situation, bidrager til at skabe overblik og social forståelse. Med den rette vejledning får børn hjælp til at forstå, hvad de skal reagere på, observere eller gøre. Det giver dem mulighed for at forstå, hvad der forventes af dem og styrker deres oplevelse af mestring.



10. Engager mig!

Handler om at være nysgerrig på barnets verden og udvide den.

Teoretisk forklaring:

Grebet bygger på epistemisk tillid: barnets åbenhed for at opfatte andres information som relevant, troværdig og brugbar. Denne tillid er en forudsætning for social læring.

Ifølge Fonagy m.fl. kan epistemisk tillid styrkes gennem måden, vi møder barnet på – når barnet oplever sig forstået og behandlet som et intentionelt menneske. Det kan fx ske ved, at den voksne viser oprigtig interesse og forståelse for barnets perspektiv, præferencer og initiativer og giver det plads i aktiviteter, samtaler og leg.

Epistemisk tillid kan også opstå og vedligeholdes ved brug af barnets navn, turtagning i dialog og samspil og med smil og øjenkontakt.

Effekt:

Når barnet oplever, at den voksne forstår det på en måde, der vækker genklang i barnets oplevelse af sig selv, kan barnet bedre engagere sig og tage imod det, der formidles. Det er i sådanne møder, barnet er åbent for at lytte og lære og kan få indsigt i sig selv, andre og de fællesskaber, det indgår i.

Litteratur:

Ahnert, L., Pinquart, M., & Lamb, M. (2006) Security of children's relationships with nonparental care providers: A meta-analysis. *Child Development*, 74(3), 664-679

Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E., & Wall, S. (1978) Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Asen, E., Campbell, C & Fonagy, P. (2019) Social Systems, Beyond the microcosm of the individual and family I A.W. Bateman & P. Fonagy, *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice* (2. udg.). Washington, DC: American Psychiatric Publishing.

Bowlby, J. (1969/1997) Attachment and loss: Vol. 1. Attachment. London: Pimlico.

Bowlby, J. (1988) En sikker base (oversat fra A secure base). København: Det Lille Forlag.

Feinman, S. (1982). Social referencing in infancy. *Merrill Palmer Quarterly*, 28, 445-447.

Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E.L., & Target, M. (2007). Affektregulering, mentalisering og selvets udvikling. København: Akademisk Forlag.

Fonagy, P., Luyten, P, Allison, E. & Campbell, C. (2017). What we have changed our minds about: Part 2. Borderline personality disorder, epistemic trust and the developmental significance of social communication. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation* (2017) 4:9

Fonagy, P., Allison, E., & Campbell, C. (2019). Mentalizing, Resilience, and Epistemic Trust. I A.W. Bateman & P. Fonagy, *Handbook of mentalizing in mental health practice* (2. udg.). Washington, DC: American Psychiatric Publishing.

Gergely, G., & Watson, J.S. (1996). The social biofeedback theory of parental affect- mirroring: The development of emotional self-awareness and self-control in infancy. *International Journal of Psychoanalysis*, 77, 1181-1212.

Goossens, F. A., & Van IJzendoorn, M. H. (1990). Quality of infants' attachment to professional caregivers: Relation to infant-parent attachment and day-care characteristics. *Child Development*, 61, 832-837

Hafstad, R., & Øvreide, H. (2011). Utviklingsstøtte: Foreldrefokusert arbeid med barn. Kristiansand: Høyskoleforlaget, Norwegian Academic Press.

Howes, C., & Spieker, S. (2016). Attachment relationships in the context of multiple caregivers. I J. Cassidy & P.R. Shaver (red.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3. udg.). New York, NY: Guilford Press.

Schore, J.R., & Schore, A. N. (2008). Modern attachment theory: The central role of affect regulation in development and treatment. *Clinical Social Work Journal*, 36(1), 9-20.

Shai, D. & Belsky, J. (2017). Parental embodied mentalizing: how the nonverbal dance between parents and infants predicts children's socio-emotional functioning. *Attach Hum Dev.*, 19(2), 191-219.

Stern, D.N. (1985). Spædbarnets interpersonelle verden: Et psykoanalytisk og udviklingspsykologisk perspektiv. København: Hans Reitzels Forlag.

Trevarthen, C., & Aitken, K. (2001). Infant intersubjectivity: Research, theory, and clinical applications. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 42(1), 3-48.

Vygotsky, L.S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

